

# **Kopflös? Schlaflos? Unter Strom? - Die Nightline hört zu!**

Die Nightline ist ein Zuhörtelefon von Studierenden für Studierende. Jeder kann anrufen und anonym und vertraulich über Sorgen, Probleme und Ängste reden. Kein Thema ist zu klein und keines zu groß. Typische Gesprächsinhalte sind beispielsweise Probleme im Studium, Prüfungsangst, Ärger in der Beziehung oder mit den Eltern, Stress in der WG oder Einsamkeit.

Die Nightline ist aber nicht nur ein reines „Sorgentelefon“, sondern gibt Auskunft und vermittelt an andere universitäre und außeruniversitäre Einrichtungen in Heidelberg und Mannheim. Ihr steht eine große Datenbank mit Kontaktdaten zur Verfügung, gegebenenfalls hilft sie auch bei der Recherche im Internet. Sucht ein Anrufer beispielsweise nach einer Anlaufstelle für den Umgang mit Lernstress während des Studiums, so gibt die Nightline gern die entsprechende Telefonnummer einer solchen Einrichtung an den Anrufer weiter.

Gegründet wurde die Nightline durch einen Heidelberger Studenten, der die Idee 1994 nach einem Auslandsstudium aus England „importierte“. Dort gibt es in jeder größeren Unistadt Nightlines, die ihren Service meist sieben Tage die Woche die ganze Nacht lang anbieten.

Als eingetragener Verein existiert die Nightline Heidelberg seit Mai 1995. Grundgedanken wurden in Zusammenarbeit mit der Nightline der Universität Oxford entwickelt, die seit ca. 20 Jahren besteht. Nach ausgiebigen Gesprächen mit Professionellen wurden 1995 mit der Hilfe des Leiters der PBS (psychologischen Beratungsstelle für Studenten) und Mitarbeitern des Rosa Telefons erste Mitarbeiter geschult, so dass im Sommersemester die Dienste aufgenommen werden konnten.

Während der Dienste (werktags während des Semesters von 21 bis 2 Uhr) bietet die Nightline den Anrufern die Möglichkeit für Gespräche zu einer Zeit, in der erfahrungsgemäß Probleme besonders drückend werden können und andere Ansprechpartner schon schlafen. Des Weiteren ergibt sich Gelegenheit, mit einem unvoreingenommenen Ausstehenden zu sprechen.

Der Nightliner gibt dabei keine Ratschläge oder Verbesserungsvorschläge, sondern hilft dem Anrufer durch aktives Zuhören, seine Gedanken zu ordnen und neue Lösungsmöglichkeiten aufzutun. Er konzentriert sich dabei darauf Fragen zu stellen, um neue Denkanstöße zu geben und das Blickfeld zu erweitern.

Grundprinzipien sind dabei Anonymität, Vertraulichkeit, Ehrlichkeit und Vorurteilsfreiheit, nur so kann sich ein offenes und vertrauensvolles Gespräch entwickeln. Hierfür ist auch entscheidend, dass die Nightline institutionell, konfessionell und finanziell ungebunden ist. Jeden Abend sind zwei Nightliner, meistens ein männlicher und ein weiblicher, erreichbar. So kann der Anrufer oder die Anruferin auf Wunsch an einen Angehörigen des eigenen (oder des anderen) Geschlechts weitergegeben werden.

Die Nightline wird von einem Diplompsychologen betreut. Er leitet am Anfang jedes Semesters die Schulung, in der neue Mitarbeiter auf ihren Dienst am Telefon vorbereitet werden und alte die Chance zur Weiterbildung haben. Des Weiteren gibt es während des Semesters zwei Supervisionen, bei denen Nightliner über für sie schwierige oder belastende Gespräche reden können und in der Gruppe besprochen wird, wie, bzw. ob man die Situation besser hätte angehen können. Bevor solche Fragen in die Gruppe getragen werden, wird wegen der Vertraulichkeit versucht, das Gespräch mit dem Dienstpartner oder dem Psychologen alleine zu verarbeiten.

Die Nightline hat etwa 30 ehrenamtliche Mitarbeiter aus allen Fachbereichen und Studienabschnitten. Auch das Geschlechterverhältnis ist nahezu ausgeglichen, so dass sich in ihr das breite Spektrum der Studentenschaft spiegelt.

Alle Mitarbeiter verbindet die Motivation, anderen Studenten in schwierigen Situationen zu helfen und somit einen Teil ihrer Freizeit sinnvoll zu nutzen.

Für die Arbeit am Telefon, aber auch die Organisation und die Pressearbeit sucht die Nightline immer motivierte Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Bei Interesse: 06221/184708, [info@nightline-heidelberg.de](mailto:info@nightline-heidelberg.de) oder [www.nightline-heidelberg.de](http://www.nightline-heidelberg.de).

Erreichbar ist die Nightline während des Semesters werktags von 21 bis 2 Uhr unter der Telefonnummer 06221/184708.



**Nightline** **06221/184708**  
Wir hören zu.

*Eine telefonische Anlaufstelle. Von Studierenden für Studierende.*

**Montag bis Freitag von 21 Uhr bis 2 Uhr (im Semester)**

[info@nightline-heidelberg.de](mailto:info@nightline-heidelberg.de)    [www.nightline-heidelberg.de](http://www.nightline-heidelberg.de)